

Ein Sommermärchenpark

Sommermärchenpark 2023
9. August 2023 15 – 21 Uhr

**4 Fragen an Kaspar Gross
& Arne Lifson von der
Küstenkultur GbR**

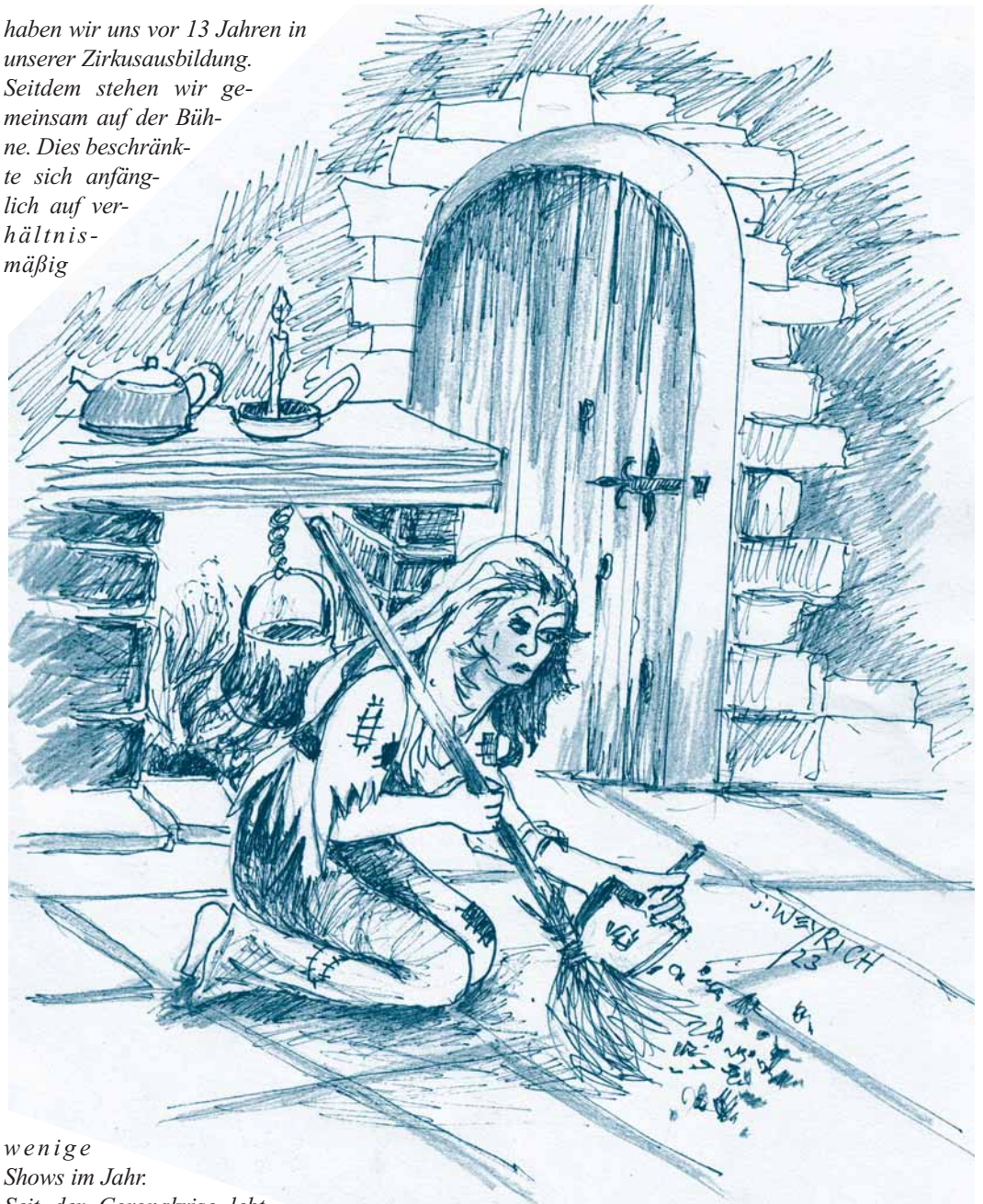
In diesem Jahr wird aus der bekannten Märchennacht ein Sommermärchenpark, der am 9. August 2023 seine Pforten für kleine und große Besucher ab 15 Uhr öffnet. Das märchenhafte Konzept ist nicht völlig neu, vielmehr eine Weiterentwicklung eines bewährten Veranstaltungsformates, das seit Jahren sehr beliebt ist und bis heute viele Märchenfreunde in ihren Bann zieht.

Das Eventteam der Tourismus- und Kur GmbH Graal-Müritz ist sich sicher, dass es auch 2023 wieder so eintritt. Weder Mühen noch Kosten wurden gescheut, Kunstschaffende zu engagieren, die diesen Nachmittag im Hochsommer erneut zu einem Erlebnis machen. Koordiniert wird der Sommermärchenpark von Kaspar Gross & Arne Lifson von der Küstenkultur GbR – beide übernehmen praktisch die Regie. Gern stellen wir Ihnen beide im folgenden Interview vor.

Frage 1 (AP / Eventteam TuK):
Hallo Kasper und Arne, aus der Märchennacht wird 2023 der Sommermärchenpark und ihr seid hauptverantwortlich für das Programm an diesem besonderen Tag im August. Bitte stellt euch und die Küstenkultur GbR kurz vor.

Moin!
wir sind beide seit vielen Jahren Straßenkünstler. Kennengelernt

haben wir uns vor 13 Jahren in unserer Zirkusausbildung. Seitdem stehen wir gemeinsam auf der Bühne. Dies beschränkte sich anfänglich auf verhältnismäßig



wenige Shows im Jahr. Seit der Coronakrise lebt Kaspar nun in M-V und durch die Absage aller Veranstaltungen spielten wir wieder auf der Straße. Dies legte den Grundstein für die »Küstenkultur GbR«, denn wir entwickelten pandemiegerechte Veranstaltungskonzepte, wurden von Städten, Land und

Bund gebucht und gefördert, unser Potenzial als Agentur mit der Expertise »Straßenkultur« aktiv und erfolgreich umzusetzen.

Frage 2: Der Rhododendronpark wird zum Sommermärchenpark. Was reizt euch an unserem Park? Wieso ist er die

ideale Bühne für dieses Familienprogramm?

Vorab sind wir total glücklich darüber, das Vertrauen der Verantwortlichen erhalten zu haben, den Rhododendronpark zum »Sommermärchenpark« kulturell zu beleben. Der Park

Ein Sommermärchenpark Fortsetzung von Seite 1

bietet uns die Möglichkeit, die eigene, kleine Märchenwelt, welche er als solche schon mit sich bringt, durch die von uns ausgewählten kulturellen Acts für das Publikum als etwas ganz Besonderes zu beleben.

Den Park zu einer Märchenwelt mit vielen kleinen Highlights verwandeln zu dürfen, welche allen Gästen den Besuch des »Sommermärchenparks« nachhaltig in Erinnerung bleiben lässt, hat uns motiviert, ein richtig tolles Programm zu erstellen.

Frage 3: Ihr habt ein buntes und lebendiges Programm geplant. Was erwartet kleine und große Besucher genau?

Riesige Waldelfen wandeln durch

den Park, wo eine Hochseilartistin die Zuschauerinnen und Zuschauer ihre Welt entführt.

Ein argentinisch/uruguayisches Duo tritt als die »Estupida Compania« mit brennenden Messern, Akrobatik und viel Komik auf.

Eine Wahrsagerin wird im Park zu finden sein. In einem Mitmachbereich darf man sich selbst an Zirkusrequisiten ausprobieren.

Das liebevoll gebaute Schweinekarussell wird durch reine Menschenkraft via Pedalen betrieben.

Wir werden selbst auch als »Der Eine und Der Andere« ein Märchenvariété vorführen. Das ist natürlich noch nicht alles – ein paar Überraschungen wol-

len wir noch nicht verraten.

Frage 4: Was macht Graal-Müritz, den Ort an der Ostsee, aus? Ist es vielleicht etwas Märchenhaftes? Wie seid ihr mit dem Ostseeheilbad in Kontakt gekommen?

Seit 20 Jahren lebt Arne in Rostock und ist in Graal-Müritz regelmäßig als »Arne Feuerschlund« auf verschiedenen Veranstaltungen aufgetreten. Der Ort hat quasi die Anfänge und den Verlauf seiner Artistenkarriere erlebt. Auf den wunderschönen Familienfestivals lief er auf Stelzen mit den Kindern über den Strand und begeisterte sie mit seinen Shows. Die liebevolle und familiäre

Umsetzung der Festivals und Veranstaltungen wie das »Moorgeisterfest« hatten immer etwas Märchenhaftes.

Mit Gründung der »Küstenkultur GbR« und der daraus resultierenden Veranstaltungsplanung saßen wir nach einem kurzen Telefonat im Büro der Tour- und Tourismus GmbH Graal-Müritz und freuten uns über die Möglichkeit, unser Potenzial an diesem wunderschönen Ort auszuschöpfen für einen zauberhaften »Sommermärchenpark«.

AP / Eventteam TuK:

Danke für die Beantwortung der Fragen. Wir freuen uns jetzt auf einen wunderbaren Sommermärchenpark.

Großes Kunsthandwerkermarkt – Finale an der Graal-Müritzer Seebrücke



© Cityagentur Schumann

Vom 25. - 27. August versammeln sich noch einmal über 30 Kunsthandwerker an der Graal-Müritzer Seebrücke, zu einer einzigartigen Präsentation ihres Schaffens.

Zu den von Hand hergestellten Waren zählen unter anderem pfiffige und zeitgemäße Schmuckkreationen, individuelle Moden oder schöne Keramik, von den Produzenten liebevoll und fachgerecht präsentiert.

Ein beeindruckendes Sortiment praktischer Besen und Bürsten oder kunstvoll gestaltete Kamin-Öfen wartet auf ihre neuen Besitzer. Von Holz bis Leder, von Glasperlen (mit Vorführung) bis Silberschmuck, der individuellen Handwerkskunst sind kaum Grenzen gesetzt.

Erstmalig bereichert ein Keramiker aus dem Baltikum das Marktgeschehen, sein Markenzeichen: „strahlende“ Keramik-Gefäße von leuchtend rot bis strahlend grün.

Der Kunsthandwerkermarkt ist am Freitag, den 25. August von 11.00 Uhr bis 18.00 Uhr, am Samstag von 10.00 Uhr bis 18.00 Uhr sowie am Sonntag von 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr geöffnet.

Alle Einwohner und Besucher des Ostseebades sind herzlich eingeladen, den großen und finalen Kunsthandwerkermarkt 2023 bei freiem Eintritt zu besuchen.

Ausstellung zu Schmuckdesign im Deutschen Bernsteinmuseum Kloster Ribnitz

„Schmuck berührt uns, Schmuck kann auch Sehnsucht sein. Der Versuch etwas festzuhalten, was nicht festzuhalten ist. Auch das Zeichen des Kreises ist kein Zufall, der Ring ohne Anfang und Ende, ein sich wiederkehrender Zyklus von Geburt, Tod und Auferstehung in unendlicher Folge. Ein Ring als die Begrenzung von etwas eingeschlossenem, als äußerer Rand von etwas Inneren. Selbst die Auswahl des Materials bei einer Versenkung darf man nicht unbeachtet lassen. Es gibt eine allgemeine Assoziation von Silber und Gold – Mond und Sonne.“

Zu sehen sind Arbeiten einer Designerin aus Halle / Saale, die ihre berufliche Laufbahn 1989 mit einer Ausbildung zum Edelmetall-facharbeiter im VEB Ostseeschmuck Ribnitz-Damgarten begann.

Veranstaltungen der Tourismus- und Kur GmbH

Tanz unterm Sternenhimmel

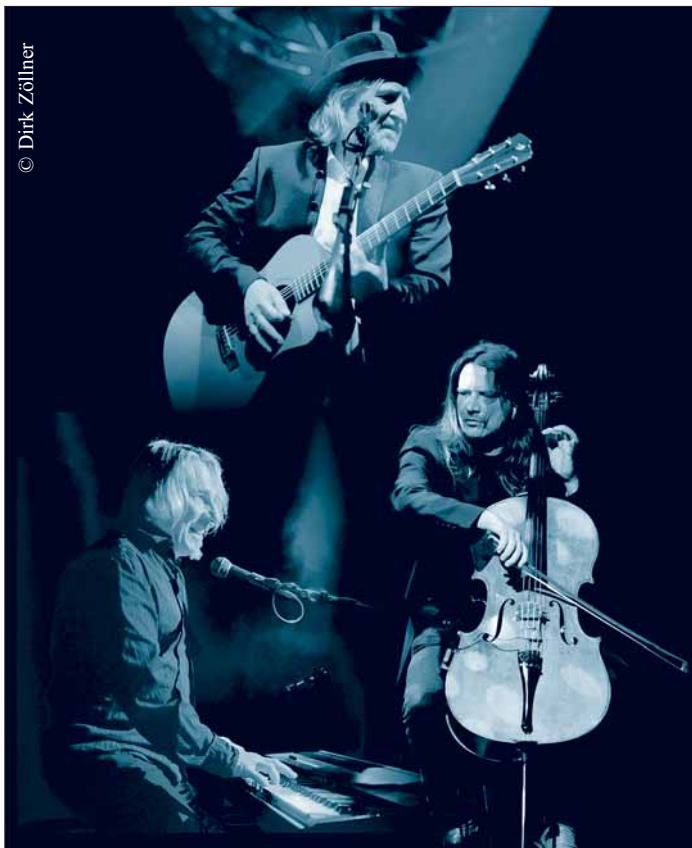
Jeden Dienstag | 19:30 Uhr | Musikmuschel Strandpromenade

Tanzt mit uns im Funkeln der Sterne ausgelassen durch die Sommernacht! Jeden Dienstagabend Hits for Kids von 19:30 bis 20:00 Uhr, anschließend bis 23:00 Uhr Party Time mit Hits, Oldies und Schlager.

Bei Regenwetter fällt die Veranstaltung aus!

Veranstalter: Fa. GOLIATH Show & Promotion GmbH, Rosa-Luxemburg-Straße 19, 18055 Rostock, Tel. +49(0)381 609350

05.08.2023 | 20:00 Uhr | Konzertpavillon | Rhododendronpark | Konzert im Park
»Die Zöllner im Trio Infernale«



Dirk Zöllner und André Gensicke gründen im Juni '88 ihre Bigband „Die Zöllner“. In gemeinsamer Autorenschaft haben sie etliche Titel geschrieben, im September dieses Jahres erscheint mit „Portugal“ das siebzehnte Album. Ein Ereignis besonderer Art ist es aber auch, die beiden mal ohne ihre Band zu erleben. Mit Klavier und Gitarre und im verbalen Schlagabtausch geben sie sich gegenseitig Vorlagen, provozieren, experimentieren und liefern am Ende trotzdem ein harmonisches musikalisches Gesamtwerk ab. Kein Konzert gleicht dem anderen, schöpfen sie doch aus dem riesigen Fundus an gemeinsamen Titeln und Erlebnissen.

Für dieses Jahr haben sie sich den versierten Cellisten Tobias Unterberg alias b.deutung ins Boot geholt. Er spielte unter anderen bei den Inchtabokatables, Deine Lakaien, New Model Army und in Peter Gabriels „New Blood Orchestra“. Sowohl mit rockigen, als auch mit klassischen Kapriolen streut er Goldstaub über das hoch-

explosive Gebilde. Textliche und musikalische Meisterschaft für den gehobenen Geschmack!

Wir freuen uns auf ein großartiges musikalisches Ereignis und einen sehr atmosphärischen Sommerabend im Rhododendron Park in Graal – Müritz.

Tickets gibt es vorab im Haus des Gastes Graal-Müritz (Rostocker Str. 3, 18181 Graal-Müritz)!

An der Abendkasse können Eintrittskarten erworben werden, sofern noch verfügbar: Vorverkauf 25,00 € | Abendkasse 27,00 €

Veranstalter: Tourismus- und Kur GmbH Graal-Müritz, Rostocker Str. 3, 18181 Ostseeheilbad Graal-Müritz | Tel.: +49 (0) 38206 7030

11.08.2023 | 14:00 – 17:00 Uhr | Strand an der Seebrücke
DLRG NIVEA Strandfest



Kommt mit uns ans Wasser! DLRG/NIVEA-Strandfeste in 48 deutschen Seebädern! Das Urlaubs-Highlight für die ganze Familie!

Einmal im Jahr verwandelt die „Deutsche LebensRettungsGesellschaft“ mit ihrem Partner NIVEA euren Strand in ein großes, buntes Spiel-Eldorado.

Zahlreiche junge Rettungsschwimmer machen sich auf den Weg, um in 48 Seebädern an der Nord- und Ostseeküste Urlauber und Einheimische zu besuchen.

Im Gepäck jede Menge Wissenswertes rund um Wasser und Sonne. Gemeinsam mit NIVEA führen wir Eltern und ihre Kinder spielerisch an das sichere Verhalten im, am und auf dem Wasser sowie in der Sonne heran. Hier steht vor allem der Spaß im Vordergrund: Tobt euch auf Hüpfburgen aus, entdeckt den Riesenwasserspielplatz, macht mit bei unserer Bühnenshow, erprobt echte Rettungsgeräte oder trifft Nobbi! Hier ist für große und kleine Abenteurer etwas dabei..

Veranstalter: DSG DLRG Service GmbH, Im Niedernfeld 1-3, 31542 Bad Nenndorf

16.08.2023 | 20:00 Uhr | Musikmuschel Strandpromenade
Live am Mittwoch
»Dear Robin«

Dear Robin ist eine fünfköpfige Newcomer-Band aus Rostock bestehend aus Pia Rademann (vog,git), Paul Häcker (git,voc), Florian Fischer (keys), Mathis Marks (b) und Keylipp Dallmann (dr).

Veranstaltungen der TuK

Ihre Musik ist durch Bluesrock und Americana Einflüsse geprägt. Eingängige Gitarren-Riffs, durchdachte Orgel-Sounds und Rock'n'Roll Stimmung bringen das Publikum zum Mitwippen. Inspiriert durch 70er Rock-Musik und amerikanische Songwriting ging es für die jungen Musiker direkt ins Studio, um ihr Debütalbum „Revelation“ aufzunehmen. Seit dem 30. September 2022 ist „Revelation“ auf CD und als Stream erhältlich.



„Partyfeeling“ pur mit frischem rockigen Sound aus Rostock für alle Generationen!

Eintritt frei

Veranstalter: Tourismus- und Kur GmbH Graal-Müritz, Rostocker Str. 3, 18181 Ostseeheilbad Graal-Müritz | Tel.: +49 (0) 38206 7030

**23.08.2023 | 15:00 Uhr | Konzertpavillon Rhododendronpark | Musik im Park
»Sophie Huth & Band«**



Zusammen mit ihrem Gitarristen, Erik Weyer, und Saxofonisten, Martin Becker, interpretiert die Sängerin Sophie Huth auf ihre eigene Art und Weise Songs von bekannten Künstlern.

Mit der Mischung aus Popmusik und Jazzeinflüssen wollen sich die drei Gehör verschaffen.

Inspiriert werden sie von Künstlern wie zum Beispiel Amy Winehouse, Caro Emerald und Dusty Springfield. Aber auch Paul Kalkbrenner, Jessie J und Ed Sheeran haben sie im Repertoire.

Über dem charaktervollen Gitarrenteppich schweben die kraftvollen oder auch mal sanften Klänge des Saxofons und tragen die klare Stimme der Frontfrau.

Ab und an überrascht eine gefühlvoll eingesetzte Posaune. Somit wird jedes Konzert zu einem wahren Erlebnis.

Eintritt frei

Veranstalter: Tourismus- und Kur GmbH Graal-Müritz, Rostocker Str. 3, 18181 Ostseeheilbad Graal-Müritz | Tel.: +49 (0) 38206 7030

31.08.2023 | 17:00 Uhr | Konzertpavillon im Rhododendronpark

**Kabarett Geölter Witz: Am Rahmen der Mona Lisa
von und mit Meigl Hoffmann**



Jüngst bekam er den Berliner Kabarett-Preis „Eddy“ für sein unerschrockenes Lebenswerk. Meigl Hoffmann steht seit nunmehr drei Jahrzehnten für kritisches Denken und gute Unterhaltung. Beleg dafür ist sein, von Publikum und Presse, gefeierter Kabarett-Abend „Geölter Witz – am Rahmen der Mona Lisa“. Hoffmann mimt darin den Museums-Wärter, Manfred Subbotnik, die Aufsicht mit der Draufsicht, ein Sachse auf Du und Du mit der Mona Lisa, der Kunst und den Problemen der Zeit. Wie soll man das Vergangene bewahren, wenn sich die Gegenwart vor unseren Augen auflöst? Ist ein selbstklebender Klima-Aktivist schon ein Haft-Grund? Steht die Regierung noch hinter uns oder sollte sie bereits vor uns sitzen?

Eintritt: Norm. 25,00 € | erm. 22,00 €

Veranstalter: Tourismus- und Kur GmbH Graal-Müritz, Rostocker Str. 3, 18181 Ostseeheilbad Graal-Müritz | Tel.: +49 (0) 38206 7030

Veranstaltungen der TuK

**Graal-Müritz kennen & lieben lernen...
...bei einer unserer vielfältigen Wanderungen!**

**Moorwanderungen mit Dr. Hans Hartmeyer / Marie
Bohnenstengel
immer dienstags und donnerstags 10:00 Uhr
Treff: Bushaltestelle Caféstübchen Witt**



Die direkte Küstenlage und die natürliche Vegetation machen das unter Naturschutz stehende Hochmoor in Graal-Müritz einzigartig! Seltene Pflanzen wie der Sonnentau und der Gagelstrauch wachsen hier und im Frühjahr laicht der Moorfrosch im Ribnitz-Müritzer Moor.

Wir ziehen wieder unsere Wanderschuhe an, um dieses Schauspiel der Natur zu genießen!

Bitte denken Sie an lange Kleidung, festes Schuhwerk und Mückenspray. Die Wanderung dauert ca. 2 Stunden und ist ca. 5 km lang.

Kosten: 9,00 € | erm. 8,00 € | Kinder 4,00 €
Eine Voranmeldung ist nicht notwendig!

**Zwischen Erbpachthof und Stromgraben
Historischer Spaziergang durch Graal mit Ulrike Bencard
14.08.23 um 19:00 Uhr | 28.08.23 um 19:00 Uhr
Treff: Endhaltestelle Bahnhof Ostseering**

Sie sehen historische Büdnerhäuser aus dem 18. Jahrhundert, aber auch Villen und Hotels, die ab Ende des 19. Jahrhunderts gebaut wurden. Ein Abstecher führt zur bekannten Lukaskirche. Auf dem ca. 5 km langen Weg erfahren Sie Interessantes über den Ort, seine Bewohner und berühmten Gäste.

Dauer: etwa 1,5 Stunden

Kosten: 7,00 € | erm. 6,00 € | Kinder 3,00 €
Eine Voranmeldung ist nicht notwendig!

**Küstenwald-Wanderung mit Johannes Lang
02.08.23 | 16.08.23 | 30.08.23 | jeweils um 10:00 Uhr
Treff: Kurstraße, Parkplatz Rhododendronpark, Info-Tafel**

Lasst uns gemeinsam durch einen von Wellen, Sturm und Hochwasser geprägten urwüchsigen Küstenwald wandern. Erfreuen wir uns über die angenehme Luft und den schönen Naturbildern mit sichtbaren Auswirkungen von vergangenen Sturmfluten und Hochwasser. Den umfangreichen Küstenschutz gegen Überschwemmungen und Küstenrückgang werden wir uns im Meeressaum von Graal-Müritz näher anschauen und verabschieden uns im wunderschönen Rhododendronpark.

Dauer: etwa 2 Stunden | Strecke: ca. 4 km Rundweg
Bekleidung: festes Schuhwerk

Kosten: 7,00 € | erm. 6,00 € | Kinder 3,00 €
Eine Voranmeldung ist nicht notwendig!



**Mit dem Fahrrad in das Ribnitzer Große Moor
03., 10., 17., 24., 31.08.2023 | um 14:00 Uhr
Treff: Bushaltestelle (beim Caféstübchen Witt)**

Radeln Sie mit einem erfahrenen Wanderführer durch das ca. 6.000 Jahre alte Ribnitzer Große Moor und erleben Sie die Faszination der einzigartigen Flora und Fauna. Eine Besonderheit im Stadtwald ist das seit 1939 unter Schutz stehende "Ribnitzer Große Moor". Dieses etwa 6.000 Jahre alte und bis vor wenigen Jahrzehnten noch durch Torfabbau genutzte Hoch- oder Regenmoor ist Lebensraum seltener Pflanzen und Tiere.

Die Tour ist etwa 7,5 km lang und dauert ca. 3 Stunden (davon ca. 70 min Fußwanderung). Eine Voranmeldung ist nicht notwendig!

Kosten: 11,50 € | erm. 10,00 € | Kinder 5,00 €

**Radtour Rostocker Heide
23.08.2023 | 14:00 Uhr
Treff: Haus des Gastes Graal-Müritz**

Ich lade Sie zu einer interessanten und humorvollen Fahrradtour durch die Rostocker Heide ein. Radeln Sie mit mir und erfreuen sich der Bewegung, der wunderbaren Luft und den schönen Naturbildern.

Strecke: 25 km | Dauer: ca. 3 Stunden

Anspruch: leicht - mittel (Waldwege)

Verpflegung: Getränk und kleinen Imbiss mitnehmen

Tourbeschreibung: Lassen Sie sich überraschen!

Tourführer: Torsten Maaß

"Radeln wir gemeinsam an die See und durch den Wald, bleiben wir gesund und werden nicht alt!"

Kosten: 11,50 € | erm. 10,00 € | Kinder 5,00 €
Mit Voranmeldung bis 22.08., 12 Uhr im Haus des Gastes

Alle weiteren Veranstaltungen im August 2023 finden Sie im gedruckten Eventkalender sowie online unter der bekannten Webadresse events.graal-mueritz.de.

Tickets für die Veranstaltungen erhalten Sie im Haus des Gastes (Rostocker Str. 3, 18181 Graal-Müritz, 038206 7030).

Hier werden Sie umfassend beraten und erhalten alle Informationen, die Sie für einen entspannten und erholsamen Aufenthalt in Graal-Müritz benötigen.

Urlaubserinnerungen

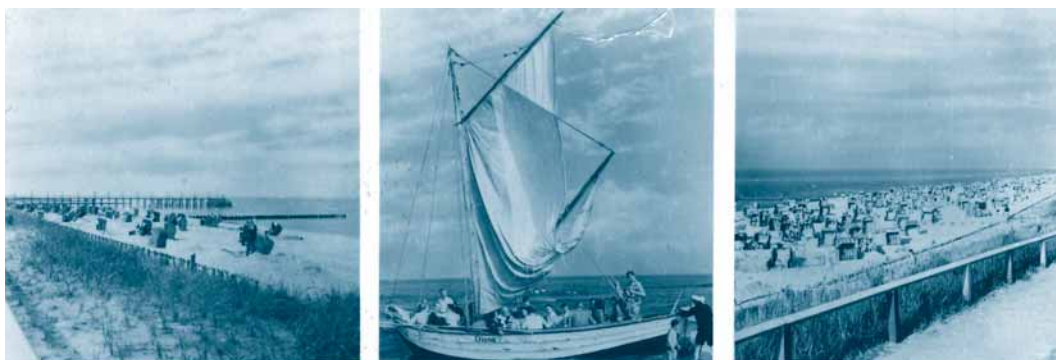
Alte Postkarten von Graal-Müritz

Eigentlich dachte ich, ich sei innerfamiliär der Entdecker von Graal-Müritz. Als wir Ende 1999 ein Urlaubsquartier für zwei Erwachsene und drei Kinder im nächsten Sommer suchten, blieb der Finger auf der Landkarte irgendwie an der Ostsee stehen und da stand zu lesen: Graal-Müritz.

Ich hatte keine eigenen Erinnerungen mehr an meinen ersten und einzigen Ostseeaufenthalt – ich war zwei Jahre alt –, aber einige Erzählungen im Kopf. Zum Beispiel die, dass ich nie barfuß, sondern immer nur in meinen Kamelhaarhausschuhen am Strand unterwegs war. Oft hätte ich auf die Ostsee geblickt und aufgeregt das Ankommen der nächsten Wellen am Ufer ausgerufen: „Die Welle bommt! Die Welle bommt!“ Der Zeltplatz bei Baabe sei, erzählte mein Vater, ein sehr einfacher gewesen, so einfach, dass man noch mit Spaten in die Landschaft ging und seine Hinterlassenschaften begrub. Es gab keine Toilette.

Und dann, nach so vielen Jahren, die Neuentdeckung der Ostsee. Seitdem komme ich jeden Sommer hierher. Recht schnell sah ich auch die vielen Vorteile von Graal-Müritz, u. a. die mittige Lage. Von hier aus fuhr (und fahre) ich mit meinen Kolleginnen und Kollegen auf relativ kurzen Wegen zu abendlichen Kabarettaufführungen, wo wir zumindest das Geld für die Ferienwohnung einspielen können. Tagsüber ist Urlaub. Man spricht von Win-win-Situation. Meinetwegen könnte man ruhig noch zwei oder drei „win“ einfügen.

Vor einigen Tagen, beim neugierigen Wühlen in alten Kartons und Kisten, fiel mir die Postkartensammlung meiner



Großeltern in die Hände. Die beiden hatten nie fotografiert, aber als Andenken Postkarten gekauft. Von einigen Urlaubsorten wusste ich, aber dann das Erstaunliche: alte Schwarzweiß-Postkarten aus Graal-Müritz. Einige angefertigt von „Foto-Wiechmann, Ostseebad Graal-Müritz“ mit der Anmerkung „Echte Fotografie – Hand-

abzug“ und – zu DDR-Zeiten ja nicht unüblich – einer Veröffentlichungserlaubnis, einer Nummer, an der man auch das Erscheinungsjahr ablesen kann: 1956, 1957 und 1958. Gekauft und zu Hause als Erinnerungen ordentlich abgelegt bei den anderen Urlaubspostkarten. Zehn sind es insgesamt – es muss ein schöner Urlaub in

Graal-Müritz gewesen sein, denn von den anderen Orten gibt es meist nur eine oder zwei. Aber irgendwie haben meine Großeltern vergessen, darüber zu erzählen.

Die Postkarten werde ich im Heimatmuseum abgeben.

Ulf Annel

Maler und ihre Liebe zu Graal-Müritz

Severa Dennstedt

Severa Dennstedt wurde am 3. Dezember 1893 in Hamburg-Uhlenhorst geboren und verlebte dort auch im Elternhaus ihre Jugendjahre. 16jährig malte sie ihre ersten Bilder. Versuche, die noch des Lehrmeisters entbehrten, aber bereits für ihre Zukunft richtungsweisend wurden. Sie begann ihr Kunststudium in Genf bei dem deutschen Professor Prötel, studierte kurze Zeit in Lausanne, um dann 1912 Schülerin von Prof. Lacnois in Paris zu werden. Der 1. Weltkrieg beendete zunächst ihr Studium.

Sie führte es dann später als Atelierschülerin von Prof. Putz in München zu Ende. In den ersten Jahren ihres Kunstschaffens führten sie Studienreisen auch nach Italien. Zunächst fühlte sie sich der figürlichen Malerei verbunden. Nach einigen arbeitsreichen Jahren in ihrem Berliner Atelier, das sie mit der dänischen Landschaftsmalerin Marie Kierulf bewohnte, wandte sie sich immer mehr der Landschaftsmalerei zu. (Früher wurden malende Frauen als „Malweiber“ bezeichnet).

Als „Freilichtmalerin“ suchte sie immer mehr die malerische Wirkung von Licht und Luft bzw. deren optischen Eindruck zu erfassen.

Die Monate Mai bis Oktober verbrachte Severa Dennstedt an der Ostsee, wo sie sich später auch ein eigenes Heim und Atelier schuf. Der II. Weltkrieg nahm ihr ihre Heimat und Besitz. Nach langem Suchen fand sie in Graal-Müritz eine neue Heimat. Die Dünen- und Moorlandschaft gaben ihrem Kunstschaffen einen neuen Aufschwung. Vom verbliebenen Familienschmuck kaufte sie ein halbfertiges Haus, welches sie notdürftig ausbaute (in der heutigen Straße zur Jugendherberge). Diese Zeit beschreibt sie in ihrem Buch „Von der Kiste zum Eigenheim“. Sie lebte und arbeitete mit ihrer Freundin,



Auguste Schubert, in dem bescheidenen Häuschen. Ein tiefer Einschnitt in ihrem Leben bedeutete der Tod ihrer Freundin im Jahr 1954.

Sie lebte zurückgezogen, aber nicht einsam und abseits. Mancher Sommergast besuchte sie, um eines ihrer Aquarell- oder Pastellbilder mitzunehmen oder gern selbst den Malblock zur Hand zu nehmen. Ihnen half sie gerne mit Rat und Tat, um ihren Ideen den richtigen malerischen

Ausdruck zu geben. Als sie mein zeichnerisches Talent entdeckte, schenke sie mir ihren Malkasten mit Pastellfarben, dieser befindet sich im Heimatmuseum.

Severa Dennstedt hatte einen großen Freundeskreis. Viele ältere Graal-Müritzer kennen sie noch, wenn sie in Männerkleidern und ihrem Malkoffer auf dem Fahrrad, durch den Ort fuhr. (Das Fahrrad ist im Besitz einer Graal-Müritzer Familie)

Ende 1970 stürzte die 77jährige und zog sich einen Oberschenkelhalsbruch zu. An den Folgen verstarb sie am 25. Januar 1971 in Rostock. Ihr Grab befindet sich auf dem Friedhof der Lukas-Kirche in Graal-Müritz. Diese Grabstätte wird liebevoll von Frau Serauky betreut.

In meiner 16jährigen Tätigkeit als Leiter des Heimatmuseums habe ich auch Dr. Alfred Roeber und Frau kennengelernt. Die Familie Roeber war freund-

schaftlich mit der Malerin verbunden. Dr. Roeber übergab 2006 dem Heimatmuseum 62 Aquarell-, Pastell- und Ölbilder als ständige Leihgabe. Zu sehen sind ihre Lieblingsmotive, die Windflüchter, Steilküsten, Seen, christliche Motive und sehr gekonnte Porträtzeichnungen. 2007 konnte ich die 1. Ausstellung der Malerin im Heimatmuseum präsentieren.

Was die Wenigsten wissen, Severa Dennstedt war auch eine großartige Schriftstellerin. Seit 2022 befindet sich auch eine umfangreiche Sammlung an Gedichten, Romanen, Schauspielen und Erzählungen im Besitz des Heimatmuseums, ebenfalls eine Schenkung der Familie A. Roeber.

In all den Jahren hat sich zwischen mir und Dr. Alfred Roeber ein freundschaftliches Verhältnis aufgebaut. Ich möchte mich bei dieser Gelegenheit nochmals ganz herzlich bei der Familie Roeber bedanken. Der bildnerische und schriftstellerische Nachlass ist ein großer Schatz für das hiesige Museum und ist für die Nachwelt gesichert.

Anbei noch ein kleines Gedicht von S.D. Es passt nicht ganz zur Jahreszeit, aber egal.

„Ostern 1970“

(in Eis und Schnee!!!)

Wenn die Osterglocken läuten,
frag ich, was soll das bedeuten?
Frühling?!! Nein, es ist ein
Graus. So sieht jetzt die Ostsee
aus!

Nicht ein Blatt soweit und seh,
überall nur Eis und Schnee!!!
Doch es soll uns nicht verdrießen,
lasset uns den Tag genießen,
wenn auch am gefrorenen
Weiher, Trotzdem: Frohe
Ostereier!!!

Severa S.D. (ihre Signatur)

Joachim Weyrich, Graal
Quelle: Heimatmuseum





Es ist mal wieder Zeit über meine Erkundungsflüge zu berichten. Leider gibt es Anlass, an meinen letzten Beitrag anzuknüpfen. Im Juli hatten wir viel Wind und auch Sturm und die See lockt mit schönen Wellen zum Baden. Starke Strömungen werden auch geübten Schwimmern gefährlich. Unsere ehrenamtlichen Rettungsschwimmer vom DLRG konnten glücklicherweise schlimmeres verhindern. Eine Orientierung für die Badegäste geben die Flaggen an den Rettungstürmen. Die gelb/rote zeigt an, dass der Turm besetzt ist. Bei Gefahr kommt die gelbe Fahne dazu und die rote bedeutet absolutes Badeverbot. Der neue Rettungsturm erleichtert die verantwortungsvolle Arbeit der Rettungsschwimmer. (Bild 1)



Was ist mir noch so aufgefallen? Alle freuen sich auf den Urlaub. Man sollte meinen, das zeigt sich in guter Laune. Aber es scheint nicht immer so zu

sein. Die schmalen Fußwege in Graal-Müritz dürfen von Fußgänger und Radfahrern gleichzeitig benutzt werden. Dadurch fühlen sich viele Passanten gestört. Wie heißt es so richtig in Paragraph 1 der Straßenverkehrsordnung: „Vorsicht und gegenseitige Rücksichtnahme“. Wenn alle daran denken, ginge vieles leichter.

An den Strandaufgängen finden sich Hinweise für die Nutzung der Strandabschnitte nach Textil-, Hunde- oder FKK-Strand. Das diese Empfehlungen immer mehr Strandbesucher ignorieren, passt in die Rubrik gegenseitige Rücksichtnahme.

Eine Bitte habe ich noch an Einwohner und Urlauber. Zweimal im Jahr startet die Müllsammelaktion. Viele fleißige Freiwillige streifen durch den Ort und sammeln alles auf, was „ausversehen“ fallengelassen wird, hier mal ein Bonbonpapier, dort ein Pappbecher vom Café to go und überall Zigarettenskippen. Dabei fällt mir ein Bild vom Kinderspielplatz am

Wasserturm ein. Was findet man dort nicht alles. Zusätzlich zu oben aufgeführtem Sortiment z.B. auch Teebeutel und das sieht nicht nach Resten einer

Auf Erkundungsflug in Graal-Müritz



Party von Jugendlichen, sondern eher nach einem gemütlichen Beisammensein der Eltern. Dabei sollten die Großen doch mit gutem Beispiel für die Kleinen vorangehen. Andere Frage: Ist den Rauchern eigentlich bewusst, dass die Kippen Sondermüll sind und nicht so einfach verrotten!? Außerdem gibt es unvernünftige Vögel, die diese Kippen fressen bzw. an

ihre Brut verfüttern und daran zu Grunde gehen. Ich denke, alle freuen sich über ein sauberes Stadtbild.

Damit möchte ich allen Gästen einen schönen und ungefährdeten Aufenthalt wünschen und verabschiede ich mich für heute von Euch und fliege auf einen neuen Beobachtungsflug.

Euer Zaunkönig

**GRAAL-MÜRITZER
WOCHENMARKT
in der Kurstraße
jeden Donnerstag
9.00 - 15.00 Uhr**



Frische und Qualität aus der Region mit persönlicher Beratung organisiert vom Großmarkt Rostock.

Regionale Markthändler und Markthändlerinnen erwarten in der Kurstraße Einheimische und Touristen. Sie überzeugen mit Frische, Qualität und persönlicher Beratung. Der Ort ist zentral gewählt, so dass Kunden aus Graal-Müritz den Markt fußläufig und barrierefrei erreichen können.

Besuch im Heimatmuseum



Im Juli erhielt das Heimatmuseum Besuch von den Schülerinnen und Schülern der Greenhouse School. Begleitet wurden die Kinder von ihrem Lehrer Gerrit Lühmann. Zusammen besuchten sie in ihrer Projektwoche in unterschiedlichste Stationen um ihnen das Thema „Lesen&Schreiben“ aktiv näher zu bringen.

Die Klassen 5a und 5b sammelten im Rahmen ihrer Bücherwurmwoche Berührungspunkte mit Schriftstellern und Autoren. Im Heimatmuseum stand nun Erich Kästner auf dem Programm. Dieser schrieb u.a. den Kinderroman „Emil und die drei Zwillinge“ dessen Handlung in Graal-Müritz spielt. Die Aufgabe der Schüler war es eine Bücherkiste anzulegen, einen Schuhkarton zu gestalten und ein Tagebuch zu führen. Jeden Tag sollte dokumentiert werden, was sie Neues gelernt, gelesen und vielleicht kreativ umgesetzt haben.

Am Ende der Woche besuchten dann auch noch die Kinder der Vorschulgruppe aus dem KITA Kinderland das Museum. Heimat war das Thema und viele erzählten, wo sie herkommen, wo sie geboren wurden und was Heimat für sie ist. Zusammen wurde jeder Raum begutachtet und viele Fragen gestellt.

Ein großes Dankeschön für den Besuch und die vielen Fragen die gestellt wurden. Ich freue mich schon auf zukünftige gemeinsame Projekte.

Steffi Jentsch, Heimatmuseum

Unser Ausflugstipp

3D TrickArt Museum

Für alle Hobbyfotografen (und solche, die es noch werden wollen) lohnt sich ein Besuch des 3D TrickArt Museum im HCC Rostock. Hier entstehen Fotos der ganz besonderen Art.

Der in Japan geborene Künstler Masashi Hattori ist einer der erfolgreichsten und bekanntesten 3D TrickArt Künstler Asiens und malt seine Bilder perspektivisch so, dass diese mit der Handkamera dreidimensional werden.

Nun sind auch 25 seiner Kunstwerke im HCC zu sehen und zu erleben. So kann man in seine Kunstwerke hineingehen und sich dort so positionieren, dass es aussieht, als würde man selbst ein Bestandteil des Bildes sein. Dabei kann bzw. sollte man sogar verschiedene Positionen ausprobieren, sich bewegen, mit der Mimik und Gestik spielen ... Der Kreativität sind hier wirklich kaum Grenzen gesetzt und so entstehen einmalige 3D-Schnappschüsse.

Am Boden befindliche Fotopoints zeigen an, von welcher Stelle aus das perfekte Bild gelingt. Auf das Blitzlicht sollte hier allerdings verzichtet werden.

Es ist ein Spaß für die ganze Familie, wenn auf den Fotos zu sehen ist, wie der Vati auf einem Silbertablett 'serviert' wird und Mutti auf dem fliegenden Teppich 'durch die Lüfte schwebt'. Geht ja gar nicht? Oh doch. Ob alleine, zu zweit oder als Gruppe, hier ist der Spaß beim Fotografieren auf jeden Fall garantiert.

Die Halle ist barrierefrei. Mit einem Rollstuhl können die Motive aber nicht befahren werden. Der Rollstuhl kann direkt bis vor das Bild gefahren werden und die entsprechende Person dann ins Motiv gehoben werden.

Das 3D TrickArt Museum im HCC Rostock hat täglich ab 10 Uhr geöffnet. Montag bis Samstag bis 21 Uhr und Sonntag bis 18 Uhr. Der Eintritt kostet 12 € pro Person.

Silvia Wederka, Tourismus- und Kur GmbH

Uns Plattdöitsch-Eck

Kirschensupp

Tau Middag kreeg Fritz Kirschensupp.
„Den`n Rest hägen wi för Vadder up“,
seggt Mudder, draucht: „Di ward`k weck langen,
süll ick di bi dat Naschen tangen!“

Kuums is de Frau rut ut de Dör,
langt Fritz sick doch de Schötel her,
„Poor Kirschen wull ick doch man blot,
dat süht man nich, de Supp is rod“,
denkt hei, kann sick dat nich verknusen
un proopt de Stehen achter de Kuusen.

So sluckt un prämmst hei grad as dull
un hett beid` Backen drangen vull,
dor hört hei ünn` de Husdör gahn.
„Glieks ward se in de Kööken stahn!“
schütt em dat in, mak`t Mul fix up
un prußt de Stehen – rin in de Supp.

An`n Abend, nah dat Abendäten –
Fritz hett al lang de Stehen vergäten –
Kriggt Vadder sine Supp tau Disch.
Hei löpelt – kiekt, rührt üm un fischet
Un röppt sin Frau an`n Töller ran.
„Frau, fangst du niege Moden an?
Wat hett de Giez al ut di makt?
Du hest mi ja een Steensupp kaakt?“

Beid` kieken se nah Fritzen röwer
Denn de löppt as`n Kräwt rod öwer
un föhlt al sinen Podex möhr.
Fix neiht hei ut, rut ut de Dör
Un swört: „Dat wier dat letzte Mal,
dat nächst mal sluck`k de Stehen mit dat!“

(Quelle: Lisa Milbret, Johrestieden)

Sylvia Lübke
Tourismus- und Kur GmbH



Sprechstunden der Ärzte und Therapeuten in Graal-Müritz

Allgemeinmediziner

Ekkehart Steiner-McCall, Kastanienallee 7, Tel: 79460
 Facharzt für Allgemeinmedizin
 Montag 7.30-12.30 und 15.00-18.00 Uhr
 Dienstag 7.30-12.30 Uhr
 Mittwoch 7.30-12.30 und 15.00-18.00 Uhr
 Donnerstag 7.30-12.30 Uhr
 Freitag 7.30-16.00 Uhr

Astrid-Jeanette Blaufuß, Kastanienallee 7, Tel: 79465
 Fachärztin für Innere Medizin in hausärztlicher Tätigkeit
 Montag, Mittwoch, Freitag 8.00-13.00 Uhr
 Dienstag, Donnerstag 8.00-13.00 und 16.00-18.00 Uhr

Dr. Hubert Mücke, August-Bebel-Straße 4a, Tel: 79522
 Facharzt für Innere Medizin in hausärztlicher Tätigkeit
 Montag / Mittwoch 8.00-11.00 Uhr
 Dienstag / Donnerstag 8.00-11.00 und 16.00-18.00 Uhr
 Freitag 8.00-10.00 Uhr
 und nach Vereinbarung

Dr. Dirk Kühn, Kurstraße 5, Tel: 79192
 Praktischer Arzt, Kurarzt
 Montag-Freitag 8.00-12.00 Uhr
 Montag/Dienstag/Donnerstag 15.00-18.00 Uhr

Fachärzte für Hautkrankheiten und Allergologie

Gemeinschaftspraxis Frau Dr. med. Kirstin Maslen, Frau Dr.
 med. Rahel Klug, Rostocker Straße 1, Tel: 13703
 Eingang über Haupteingang Reha-Klinik
 Montag 8.00-13.00 Uhr
 Dienstag 8.30-18.00 Uhr
 Mittwoch 8.00-13.00 Uhr
 Donnerstag 8.00-13.00 Uhr
 Freitag geschlossen
 Terminvereinbarungen sind auch täglich über die Tel.-Nr.
 03821-3858 möglich.

Notdienst 112

Wochentags
 Ruf-Nr. Leitstelle Bad Doberan 038203 / 62428
 Montag 19.00 bis 07.00 Uhr
 Dienstag 19.00 bis 07.00 Uhr
 Mittwoch 13.00 bis 07.00 Uhr
 Donnerstag 19.00 bis 07.00 Uhr
 Freitag 15.00 bis 07.00 Uhr
 Wochenende
 Ruf-Nr. Leitstelle Rostock 0381 / 44411 oder 0381 / 19222
 Sonnabend 07.00 bis 07.00 Uhr
 Sonntag 07.00 bis 07.00 Uhr

Zu den angegeben Zeiten wird die entsprechende Leitstelle den Anruf an den Diensthabenden weiterleiten, gegebenenfalls auch sofort den Notarzt anfordern. Außerhalb der Notdienstzeiten wenden sich die Patienten direkt an ihren Hausarzt oder dessen Vertreter.

Tierärzte-Notdienst 16.00 - 06.00 Uhr T: **0381 / 25 27**

Zahnärzte

Dr. Carmen Volmerg, Kurstraße 5, Tel: 7290
 Fachzahnarzt für Allgemeine Stomatologie
 Montag 8.00-12.00 Uhr
 Dienstag 8.00-14.00 Uhr
 Mittwoch 8.00-12.00 Uhr
 Donnerstag 8.00-12.00 und 15.00-17.30 Uhr
 Freitag keine Sprechstunde
 und nach Vereinbarung

Dr. Astrid Scheumann-Mücke, August-Bebel-Str. 4a, Tel: 79522
 Johanna Muderack - angestellte Ärztin

Montag 7.00-11.00 Uhr
 Dienstag 7.00-11.00 Uhr
 Mittwoch 7.00-11.00 und 14.00-18.00 Uhr
 Donnerstag 7.00-11.00 Uhr
 Freitag _____
 und nach Vereinbarung!

Dr. Nadine Dreßler, Birkenallee 17, Tel: 79915
 Montag 8.00-12.00 und 14.30-17.00 Uhr
 Dienstag 8.00-12.00 Uhr
 Mittwoch 8.00-12.00 und 14.30-17.00 Uhr
 Donnerstag / Freitag 8.00-10.00 Uhr

**Zahnärzte-Notdienst: Tel.: 038203 / 62505 oder
 Tel.: 038203 / 62428**

Praxen für Physiotherapie

Diana Beulig-Tietz, Lange Straße 1, Tel: 14694
 Eileen Blümbach, Lindenweg 9, Tel: 78806
 Jana Buss, Kastanienallee 7d, Tel. 79468
 Britta Zoellner-Engel, Strandstraße 22, Tel. 74123
 (in der ASB Kurklinik Meeresbrise)
 Physiotherapie Graal-Müritz, Buchenkampweg 9, Tel. 9321-260
 "Life"- Anne Simmert, Ribnitzer Straße 3, Tel. 143117
 Podologie Schilke, Ribnitzer Straße 3, Tel. 143117

Praxis für Kinder- u. Jugendpsychotherapie

Susanne Look – Kastanienallee 7 , Tel. 0152 24344593

Praxen für Logopädie

Sally Bürger, Rostocker Straße 1, Tel: 83480
 Termine und Hausbesuche nach Vereinbarung!

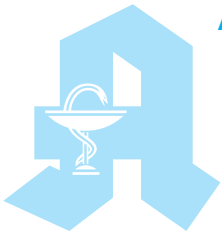
Katja Lindgreen-Winter, An der Büdnerei Nr. 3, Tel: 14522
 Montag bis Freitag 8.00-18.00 Uhr
 Termine nach Vereinbarung; Hausbesuche möglich. Auf
 Anfrage auch Fußreflexzonenmassage.
 Handy: 0178 - 87 98 381; Email: lindgreenkatja@aol.com

Praxis für Osteopathie / Naturheilkunde

Silvia Markert, Ribnitzer Straße 33, Tel: 120990

Apotheken Bereitschaftsdienst

Montag - Freitag 18.00 - 8.00 Uhr; Samstag 12.00 - 8.00 Uhr;
Sonn- und Feiertage 8.00 - 8.00 Uhr des Folgetages



AUG	Mo	07	H	14	E	21	D	28	C
	Di	01	F	08	A	15	H	22	E
	Mi	02	B	09	F	16	A	23	H
	Do	03	G	10	B	17	F	24	A
	Fr	04	C	11	G	18	B	25	F
	Sa	05	D	12	C	19	G	26	B
	So	06	E	13	D	20	C	27	G

RIBNITZ-DAMGARTEN: **A** Bahnhof Apotheke, Ulmenallee 10-12, Ärztehaus, Tel. 03821-708400, **B** Apotheke am Bodden, Lange Straße 80, Tel. 03821-812913; **C** Forellen-Apotheke, Am Markt 7/8, Tel. 03821-895165, **D** Linden-Apotheke, Schillstraße 3, Tel. 03821-62090, **E** Recknitz-Apotheke, Lange Straße 13, Tel. 03821-3890; RÖVERSHAGEN: **F** Heide-Apotheke, Birkenstrat 25, Tel. 038202-432271; GRAAL-MÜRITZ: **G** Kur-Apotheke, Kurstraße 18, Tel. 038206-78102, **H** Ostsee-Apotheke, Kastanienallee 9, Tel. 038206-79477

Apotheken Öffnungszeiten

Kur-Apotheke

Kurstraße 18, Tel: 78102
Mo bis Fr 8.00-18.00 Uhr
Sa 8.00-12.00 Uhr

Ostsee-Apotheke

Kastanienallee 9, Tel: 79477
Mo bis Fr 8.00-18.00 Uhr
Sa 8.00-12.00 Uhr

OstseeSparkasse Rostock

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle Graal-Müritz, Kurstraße 20
Montag 9.00 – 12.30 Uhr
Dienstag u. Donnerstag 9.00 – 12.30 Uhr und 14.00 – 18.00 Uhr
Mittwoch 9.00 – 12.30 Uhr
Freitag 9.00 – 12.30 Uhr

Gemeindeverwaltung Graal-Müritz

Ribnitzer Straße 21, Tel. 038206/81111
Sprechzeiten: Di 9.00 - 11.30 Uhr u. 13:00 - 18.00 Uhr
Do 9.00 - 12.00 Uhr u. 14:00 - 17.00 Uhr

Das Polizeirevier Sanitz

ist unter der Tel.-Nr.: 038209/440 (24h) zu erreichen. Die Polizeidienststelle Graal-Müritz ist unter der Tel.-Nr.: 038206/74862 zu erreichen. Bei Nichtbesetzung der Dienststelle erfolgt automatisch die Rufweitschaltung nach Sanitz.

Ev. Lukaskirche
Graal-Müritz

Jeden Sonntag und jeden Feiertag 10:00 Uhr Gottesdienst.
Sie sind herzlich eingeladen.

Kirche St. Ursula

Die Kirche ist am Tag geöffnet.
Sie sind zur Besichtigung oder Eucharistiefeier eingeladen.
Sonntag 9:00 Uhr: Heilige Messe.

TAXI

Flughafentransfer · Rund- und Krankenfahrten
Stefan Acksteiner T: 0152 / 24 24 62 14



ÖFFNUNGSZEITEN

Tourismus- und Kur GmbH im "Haus des Gastes",
Graal-Müritz, Rostocker Str. 3
Tel.: 038206 / 7030

Mo - Sa 09:00-18:00 Uhr
So 10:00-16:00 Uhr

Bäderbibliothek Haus Ithaka
Fritz-Reuter-Straße 17
Tel.: 038206 / 77241

Mo / Do 09:00-11:30 Uhr
14:00-16:30 Uhr
Di 09:00-11:30 Uhr
14:00-18:00 Uhr
Mi geschlossen
Fr 09:00-12:00 Uhr

Zimmervermittlung im "Haus des Gastes",
Graal-Müritz, Rostocker Str. 3
Tel.: 038206 / 70311 o. 70334

Mo - Sa 09:00-18:00 Uhr
So 10:00-16:00 Uhr

Heimatmuseum
Graal-Müritz, Parkstraße 21,
Tel.: 038206 / 74556

Mo geschlossen
Di 10:00-13:00 Uhr
Mi geschlossen
Do 10:00-13:00 Uhr
15:00-17:00 Uhr
Fr 10:00-13:00 Uhr
15:00-17:00 Uhr
Sa 10:00-15:00 Uhr
Jeden 2. So 14:00-17:00 Uhr

INFO für Angler!

In der Touristinformaton im „Haus des Gastes“ erhalten Sie Tages-, Wochen- und Jahresanglerlaubnisse zum Fischfang in den Küstengewässern des Landes M/V. Die Angelerlaubnisse sind nur gültig in Verbindung mit dem Fischereischein! Sie können über die Webseite: erlaubnis.angeln-mv.de ebenfalls eine Angelerlaubnis für Küstengewässer erwerben (Zahlung mit Kreditkarte) Den befristeten Fischereischein (Touristen-Fischereischein) erhalten Sie ebenfalls im Haus des Gastes und im Rathaus, Ordnungsamt. Weitere Informationen dazu auf angeln-in-mv.de. Für das Angeln auf der Seebrücke brauchen Sie eine Brückennutzungskarte (1,00 €). Diese können Sie aus dem Automaten auf dem Seebrückenvorplatz ziehen. Vom 01.05. bis 30.09. des Jahres ist das Abstellen von Angelutensilien und das Angeln auf der Seebrücke in der Zeit von 21.00 Uhr bis 07.00 Uhr gestattet – außerhalb dieser Zeitspanne von 18.00 Uhr bis 07.00 Uhr.

Impressum

Windflüchter Informationsblatt der Tourismus- und Kur GmbH
des Ostseeheilbades Graal-Müritz

Auflage: 4.000 Exemplare, gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier
Herausgeber: Tourismus- und Kur GmbH, Rostocker Str. 3, 18181 Ostseeheilbad Graal-Müritz,
Tel.: 038206 / 7030, Fax 038206 / 70320, www.graal-mueritz.de
email: touristinformaton.tuk@graal-mueritz.de

Gestalt./Anz.: kw Agentur für Kommunikation und Werbung, Grubenstr. 20, 18055 Rostock
Telefon: 0381 / 375 99 66 / 67, e-mail: kw-agentur@t-online.de
Druck: adiant druck, Neu Roggentiner Straße 4, 18184 Roggentin

Die nächste Ausgabe des *Windflüchter* erscheint am 01.09.2023.
Abgabetermin für redaktionelle Beiträge und Anzeigen ist der 08.08.2023.

Ratgeber Dr. Koch:

Auf tägliche Aufnahme von Vitalstoffen achten

Vitamine, Zink, Selen, Eisen oder Spurenelemente sowie viele andere Mikronährstoffe tragen zum Aufrechterhalten einer starken Abwehr gegen Krankheiten und für eine stabile Gesundheit bei. In dieser Vielfalt schützen sie den Körper wie ein Wächter vor schädigenden Einflüssen aus der Umwelt. Für den Organismus ist es überlebenswichtig, ausreichende Mengen dieser Stoffe regelmäßig in seinen Geweben zur Verfügung zu haben. Das durch sie unterstützte Immunsystem funktioniert somit nur durch das gute Zusammenspiel zwischen Zellen, Geweben, Vitaminen, Mineralien, Mikronährstoffen und Spurenelementen.

Im Gegensatz zu den Makronährstoffen Fette, Eiweiße und Kohlenhydrate, die vor allem als Energielieferanten und Baustoffe dienen, nehmen die Vitalstoffe eine zentrale Rolle im Stoffwechselgeschehen des Menschen ein. Sie können allerdings nicht oder nur in untergeordnetem Ausmaß vom Organismus selbst hergestellt werden. Somit müssen sie über die Nahrung regelmäßig zugeführt werden. Ein Mangel an diesen so wichtigen Bausteinen kann zu ausgeprägten Störungen von Funktionen des Körpers und im weiteren Verlauf zur Entwicklung einer Vielzahl von Krankheiten führen.

Trotz des überaus reichhaltigen Ernährungsangebots und der damit vielfach verbundenen Überernährung ist ein Mangel an Mikronährstoffen sehr häufig anzutreffen. Industrielle Verarbeitung und Raffinierung der Lebensmittel führen zu einer Verarmung an wertvollen Nährstoffen. Moderne Landwirtschaft und Umweltverschmutzungen laugen die Böden aus und entziehen ihnen Mineralstoffe und Spurenelemente. Da-

rüber hinaus verursachen Stress am Arbeitsplatz oder in der Ausbildung, übersteigerte sportliche Aktivitäten sowie die regelmäßige Einnahme bestimmter Medikamente einen zusätzlichen Verlust an diesen für die Gesundheit des Menschen so wichtigen Substanzen.

Hauptgrund für den weit verbreiteten Mangel an Mikronährstoffen ist bekanntlich der zu geringe Verzehr von Obst und Gemüse. 650 bis 700 Gramm davon sollten es beim Erwachsenen täglich sein. Erreicht werden aber im Schnitt von den Männern nur 270 Gramm und von den Frauen 350 Gramm.

Selbst wer die empfohlene Menge Obst und Gemüse zu sich nimmt, kann dennoch in einen Mikronährstoffmangel geraten, da viele Vitalstoffe in anderen Nahrungsmitteln ausreichend vorhanden sind.

Verschärft wird das Defizit, wenn ein erhöhter Mikronährstoffbedarf dazu kommt: bei akuten und chronischen Infektionen, bei chronischen Erkrankungen wie Asthma oder COPD, aber auch bei Chemo- und Strahlentherapien, in Rekonvaleszenzphasen und im fortgeschrittenen Alter. Auch viele Medikamente sind wahre Mikronährstoffräuber. So vermindern Antibiotika die Verfügbarkeit nahezu aller B-Vitamine. Die Einnahme von Salicylaten geht mit einem erhöhten Bedarf an Folsäure und Vitamin C einher. Patienten, die länger entwässernde Medikamente einnehmen, haben gehäuft einen Mangel an den Vitaminen A, B6 und C. Mikronährstoffe besitzen daher ein beachtliches präventivmedizinisches und therapeutisches Potential in der Vorbeugung und Behandlung ernährungsbedingter Erkrankungen sowie für eine gut funktionierende Immunaktivität.

Zunächst verursacht ein Vitalstoffmangel oftmals Müdigkeit und Antriebslosigkeit. Auch eine schlechte blasse Haut, brüchige Nägel, Konzentrationschwäche oder Gereiztheit können auf einen Vitalstoffmangel hinweisen. Bereits ein geringer Mangel kann Stoffwechselreaktionen beeinträchtigen, woraus sich dann im Laufe der Zeit Krankheiten entwickeln können. Eine unzureichende Vitalstoffversorgung ist häufig auch der Grund für die Beschwerden, die man gerne dem Alter zuschreibt, z.B. Vergesslichkeit, Antriebslosigkeit, Müdigkeit, Infektanfälligkeit oder zunehmende Gebrechlichkeit.

Spurenelemente:

Spurenelemente sind chemische Elemente, die für den Menschen unbedingt nötig sind und nur in sehr geringen Mengen, also in Spuren, benötigt werden. Im Gegensatz zu den Mengenelementen kommen sie mit Ausnahme von Eisen in menschlichen Geweben mit einem Massenanteil von weniger als 50 mg/kg vor. Der Körper kann sie nicht selbst herstellen. Sie müssen also über die Nahrung aufgenommen werden. Sie machen einen winzig kleinen Anteil aller Nährstoffe aus. Jeder dieser Mineralstoffe hat aber seine eigenen Aufgaben im gesamten Organismus. Man unterscheidet zwischen essentiellen, also unentbehrlichen, und nicht-essentiellen, also entbehrlichen, Spurenelementen. Zu letzteren gehören Silizium, Nickel, Vanadium und Lithium.

Menschen in bestimmten Lebenssituationen, z. B. Schwangere, Senioren, chronisch Kranke, sowie Menschen unter erhöhten Stress- oder körperlichen Belastungen, haben einen erhöhten Bedarf an Spurenelementen. In vergangenen Zeiten, als noch ein hoher Anteil von Mineralien

in den Böden vorhanden waren, nahmen die Menschen diese Spurenelemente automatisch über ihre Nahrung in ausreichenden Mengen auf. Heute fehlen sie in den Böden und somit auch in der Nahrung. Man sollte sie als Nahrungsergänzungsmittel in Kombinationen oder direkt als Medikamente in Absprache mit dem Hausarzt zusätzlich einnehmen.

Beispiele sind:

Selen ist in der Lage, eine schützende Rolle im Körper einzunehmen, weil es antioxidative Fähigkeiten besitzt. Es ist vor allem in tierischen Lebensmitteln wie Fleisch und Fisch vorhanden.

Zink wird vom Körper für die Aktivität von 300 Enzymen benötigt, es spielt eine Schlüsselrolle im Immunsystem. Es kommt in tierischen und pflanzlichen Lebensmitteln vor.

Eisen ist ein wichtiger Baustein des roten Blutfarbstoffs, es regelt die Blutbildung. Es ist beteiligt am Transport des Sauerstoffs im Körper und wirkt bei der Blutbildung sowie bei verschiedenen Stoffwechselfvorgängen mit. Eisen unterstützt auch die Stabilität und Beschaffenheit von Muskeln, Haut, Haaren, Nägeln und Schleimhäuten.

Jod ist unentbehrlich für eine normale Schilddrüsenfunktion. Jod ist für den Menschen in jedem Lebensabschnitt unentbehrlich und lebensnotwendig, beginnend mit der Entwicklung des Kindes im Mutterleib.

Mangan, Molybdän, Cobalt gehören ebenfalls zu den Spurenelementen.

Dr. med. Lutz Koch

Slickerbeck

StrandRestaurant



Monats-Spezial August

JEDEN PFFERLING WERT - DER EDLE SOMMERPILZGENUSS

Gern servieren wir Ihnen alle Gerichte
auch auf unserer gemütlichen Außenterrasse:

FRISCHE REGIONALE KÜCHE
REICHHALTIGES FISCHANGEBOT
WECHSELNDE SAISONKARTE
KAFFEE, KUCHEN, EIS & COCKTAILS

Reservierung unter Tel. 038206 - 7 44 66 44

E-mail: reservierung@slickerbeck.de

Donnerstag - Montag: ab 12 Uhr geöffnet
Dienstag + Mittwoch: Ruhetag

Slickerbeck StrandRestaurant im StrandHotel Graal-Müritz
Zur Seebrücke 28 · Graal-Müritz · www.slickerbeck.de
Betreiber: StrandHotel Graal-Müritz GmbH & Co. Hotelgesellschaft KG
Sitz und AG Hamburg HRA 118953 · USt.-ID: DE 159744641

strandsommer FERIENWOHNUNGEN

und der Urlaub beginnt

Online buchen oder anfragen unter:

038206 - 747-22

Lange Straße 31 - 18181 Graal-Müritz

www.strandsommer.de



Unterkünfte direkt online buchen:

Scan mich!



DIE WIEDERBEWEGUNG DER ALTEN WEBEREI

7.7. - 3.9. jeweils von Freitag bis Sonntag 10:00 -17:00



In dieser Zeit ist die Handwebmeisterin Maïke Weyrich in der "Alten Weberei" vor Ort. Sie zeigt, wie an einem alten Webstuhl gewebt wird und bietet im Garten Webkurse für Kinder und Erwachsene an. Das Material dazu wird gestellt.

Außerdem können Sie handgewebte Accessoires, Kleidungsstücke und Interior käuflich erwerben.

Alte Weberei Ahrenshoop, Weg zum Hohen Ufer 10.

Bitte telefonische Voranmeldung: 0177/2050738 oder per mail: info@maïke-weyrich.de



BERNSTEIN-SCHAUMANFAKTUR

Ein Erlebnis für Groß und Klein

Eintritt frei!



Entdecken Sie Bernstein - das Gold des Meeres, in bezaubernden Schmuckkreationen. Schauen Sie den Goldschmieden über die Schulter und erleben Sie die Vielfalt von Bernstein in all seinen Farben und Formen.
Ihr Ostsee-Schmuck Team

Ostsee-Schmuck GmbH
An der Mühle 30
18311 Ribnitz-Damgarten
Tel.: 03821.88 58 0
www.ostseeschmuck.de

Öffnungszeiten:
Mo-Fr: 9.30-18.00 Uhr
Sa: 9.30-16.00 Uhr
So und Feiertag
geschlossen





200 Pferde & Ponys
 Abenteuerspielwelten
 Ponyverleih / -reiten &
 Ponykutschfahrten
 (täglich ohne Anmeldung)
 Hofküche / Hofcafé
 bunter Streichelzoo
 Ausritte zur
 Ostsee
 Reitunterricht
 u.v.m.

Eintritt frei!



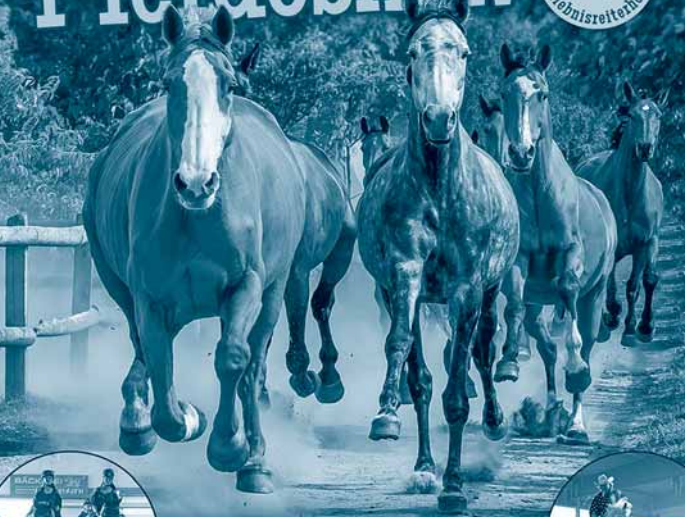

HIRSCHBURG
 Neuklockenhäger Weg 1a
 18311 Ribnitz-Damgarten
 Tel.: 0174 - 85 30 842

BARTH
 Glöwitz 1
 18356 Barth
 Tel.: 0160 - 93 06 63 25

www.bernsteinreiter.de

Sensationelle Schaubilder, edle Pferde & entzückende Ponys!

Pferdeshow

Juli & August
 jeden Donnerstag
 19:30 - 21:00 Uhr

Oktober (ab 2. Do.)
 jeden Donnerstag
 18:00 - 19:30 Uhr

Reithalle Hirschburg
 Neuklockenhäger Weg 1a
 18311 Ribnitz-Damgarten
 Eintritt: Kind 10 € / Erw. 20 € - ohne Anmeldung!
bernsteinreiter.de

„ZauberWelten“ – Eine spektakuläre Abendveranstaltung mit tollen Effekten und einem ganz besonderen Flair

Erleben Sie eine Show, die deutschlandweit einzigartig ist – mit hochkarätiger Pferdekunst, phantastischen Effekten und großen Emotionen. Es erwarten Sie 90 Minuten pure Pferdestärken in sensationellen Schaubildern. Vom kleinen Shetlandpony bis zum edlen Trakehnerfohlen können Sie zahlreiche Pferde und Ponys in traumhaften und unterhaltsamen Szenenbildern bei mitreißender Musik und spektakulären Pferdedressuren bewundern. Im Anschluss besteht die Möglichkeit für Kinder am selbstgeführten Ponyreiten teilzunehmen (im Preis inbegriffen). Tickets gibt es bei Eventim, direkt vor Ort & an der Abendkasse!

Beginn: 19.30 Uhr (Einlass ab 18.45Uhr) | Ende ca. 21.00 Uhr (inkl. einer Pause) | Parkplätze sind in ausreichender Zahl vorhanden und kostenfrei.



Erleben Sie die Lagunen der Ostsee



MS "Ostseebad Wustrow" Linienfahrten zwischen Wustrow und Born mit Fahrradtransport
September und Oktober: Kranichtouren

MS "Boddenkieker" Linienfahrt zwischen Ribnitz, Wustrow und Dierhagen mit Fahrradtransport



Fahrgastbetrieb Kruse und Voß GmbH

Hafenstraße 7 * 18347 Wustrow * T.: 0172 / 3 89 60 90
www.boddenschiffahrt.de * info@boddenschiffahrt.de



NEU IN GRAAL-MÜRITZ

Windflüchter

CAFÉ - RESTAURANT

Moderne Gemütlichkeit in einer kleinen Location am Seebrückenvorplatz mit warmen Speisen vom 12:00 Uhr bis 14:30 Uhr und ab 17:00 Uhr...

Neben unseren verschiedenen Broilervariationen bieten wir nun auch frischen Fisch je nach Tageslieferung an. Zu unserer bodenständigen, regionalen Küche können Sie zur Kaffeezeit hausgebackenen Kuchen genießen.

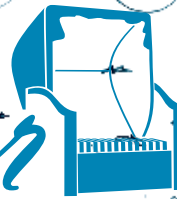
Unsere Sommeröffnungszeiten

Montag	ab 12:00 Uhr
Dienstag	Ruhetag
Mittwoch	ab 17:00 Uhr
Donnerstag	ab 12:00 Uhr
Freitag	ab 12:00 Uhr
Samstag	ab 12:00 Uhr
Sonntag	ab 12:00 Uhr

RESERVIERUNGEN: 038206/ 748880

ZUR SEEBRÜCKE 34 A * 18181 GRAAL-MÜRITZ

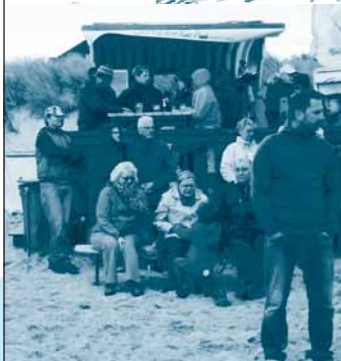
Strandbar



an der Seebrücke



Tägl. geöffnet ab 14 Uhr
bis Sonnenuntergang
Longdrink's, Cocktail's,
Bier vom Fass
dazu kleine Snacks.



Zeesboot-Segeln



Kommen Sie
an Bord!

**Tägliche
Abfahrten:
11 / 13 / 15 /
17 Uhr
oder nach
Vereinbarung**

Die urigen Zeesboote
mit den rotbraunen
Segeln aus der Zeit
der Segelfischerei
sind ein Markenzei-
chen unserer Region.

Skipper
Jochen Eymael
T: 038220 / 201 oder
0151 / 28776273



Hafen Wustrow

www.zeesboot.de



2. SOMMERAUSSTELLUNG 05.08. - 22.10.2023

Arne Boysen – Malerei

**Wolfgang Friedrich + Lutz Hellmuth –
Bildhauerei**

Falko Behrendt – Grafik

KUNSTSICHEUNE



täglich 10 - 13 + 15 - 18 Uhr
Eröffnung 05.08., 15.00 Uhr

KUNSTSICHEUNE BARNSTORF
Barnstorf 1, Hufe IV
18347 Ostseebad Wustrow
Telefon: 038220-201
info@kunstscheune-barnstorf.de
www.kunstscheune-barnstorf.de

TOP10
Shopping Center
Performance
Report

**HANSE
CENTER**
BENTWISCH



**Alles Gute
ist hier
beisammen...**

**10 Fachmärkte
60 Geschäfte
Gastronomie &
Service**

08.09. XXIII. DANCE 20:00 FASHION SHOW

EINLASS 19:00

NIKOLAIKIRCHE ROSTOCK

> 100 Outfits regionaler und internationaler Designer und Label

Karten: Pressezentrum Rostock
Richard-Wagner-Straße 1a
mvticket.de

MODERATION
Andrea
Sparmann

Veranstalter:
kw AGENTUR für
Kommunikation
und Werbung

Special Guests



ROSTOCK
SEAWOLVES

Archicphoto: © Tourismus- und
Kur GmbH Graal-Müritz (AP)



Sommermärchenpark 2023

im Rhododendronpark

09. August 2023 ab 15:00 Uhr

Veranstalter: Tourismus- und Kur GmbH Graal-Müritz, Rostocker Str. 3, 18181 Graal-Müritz
veranstaltungen.tuk@graal-mueritz.de
Kostenpflichtige Veranstaltung. Tickets an der Tageskasse.

CAFÉ & COCKTAILBAR PINK LADY

www.bar-pinklady.de



Genießen Sie
in angenehmer
Atmosphäre
und mit Blick
aufs Meer
unsere vielfältigen
Angebote:

Alkoholfreie Cocktails –
Cocktails – Weine –
Seccos – Biere –
Kaffee – Kuchen –
Eisbecher – Snacks

Zur Seebrücke 40
18181 Graal-Müritz
Tel: 038206 / 746475



Pink Lady
-modeboutique-

Willkommen in der Welt
der Mode!

Ausgefallene, schicke
Tages- und Abendgarderobe
für die Damen bis Gr. 50
in sehr guter Qualität
Ausgewählte Accessoires:
Taschen, Schuhe, Gürtel,
farbige Schals

...mit kleiner Café-Lounge

Ihr *Pink Lady*-Team

Zur Seebrücke 35
18181 Graal-Müritz
modeboutique-pinklady.de



mit **MS BALTICA**

Warnemünde ^{zum} Entdecken & Erleben

vom 09.04.2023 bis 29.10.2023 jeden Sonntag

Abfahrt Graal-Müritz Seebrücke **10:00 Uhr**
Ankunft Warnemünde **11:30 Uhr**
3 Stunden Landgang in Warnemünde
Abfahrt Warnemünde **14:30 Uhr**
Ankunft Graal-Müritz Seebrücke **16:00 Uhr**

Erwachsene 29,50 € Kinder (3-13 Jahre) 17,50 €
 Familienkarte 79,50 € Fahrräder & Hunde 4,50 €
 (2 Erwachsene mit bis zu 3 Kindern)

EINWEG-Fahrten

Erwachsene 16,50 € Kinder (3-13 Jahre) 10,50 €
 Familienkarte (2 Erwachsene mit bis zu 3 Kindern) 44,50 €

Ostsee-Mini-Kreuzfahrten

vom 09.04.2023 bis 29.10.2023 jeden Sonntag

**2-stündige Rundfahrten auf der Ostsee in Richtung
Fischland/Darß, Seebrücke Wustrow**

Abfahrt Graal-Müritz Seebrücke **16:00 Uhr**
Ankunft Graal-Müritz Seebrücke **18:00 Uhr**

Erwachsene 19,50 € Kinder (3-13 J.) 12,50 € Hunde 4,50 €
 Familienkarte 54,50 € (2 Erwachsene mit bis zu 3 Kindern)



Erkunden Sie mit uns den internationalen **Ostseeküsten-Radwanderweg**. Steigen Sie ein - ob einfache Fahrt oder hin und zurück - machen Sie eine Pause bei uns an Bord.



Liebe Fahrgäste, ob fangfrischer Ostseehering, gebratene Warnemünder Kutter-Scholle oder kleine Leckereien - in unserem **Bordrestaurant** wird alles frisch zubereitet.



In unserem **Bordshop** finden Sie maritime Souvenirs, Süßigkeiten und Spirituosen (über 1000 exklusive Whisky- und Rumsorten).



DEUTSCHES
BERNSTEINMUSEUM
KLOSTER RIBNITZ

WO WIR SIND IST SONNE!



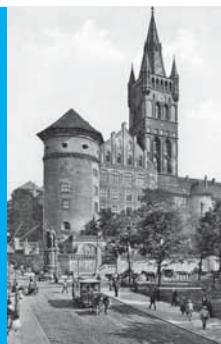
SCHMUCK IST FÜR MICH
KOMMUNIKATION –
EIN AUSDRUCK
DER PERSÖNLICHKEIT

ANTJE WEYRICH
SCHMUCKDESIGN

VERSCHWUNDEN –
ORTE DIE ES NICHT MEHR GIBT
eine Ausstellung
des Zentrums gegen Vertreibung

Tausende Orte, Dörfer und Städte in den ehemals deutschen Siedlungsgebieten in Ost-, Mittel- und Südosteuropa sind seit dem Ende des 2. Weltkrieges verschwunden. Mit ihnen gingen Kirchen, Kulturschätze und Denkmäler Europas verloren, aber auch persönliche Bezugspunkte der damals dort lebenden Deutschen.

ab August



orgel

Sonntagskonzerte

6. August, 15 Uhr
STEFAN REIßIG – Hagenow
13. August, 15 Uhr
MARTIN ROST – Stralsund
DAVID PEREZ ANIDO – Bariton, Cuba
20. August, 15 Uhr
JAN VON BUSCH – Rostock
27. August, 15 Uhr
CARL SCHARNWEBER – Rostock



EUROPAS SCHÖNSTE
BERNSTEINAUSSTELLUNG

DAS GOLD DES MEERES

Natur- und Kulturgeschichte des
Baltischen Bernsteins in bedeutenden Exponaten
Einschlüsse – Fenster in die tropischen Wälder
im Ostseeraum vor über 40 Millionen Jahren

Bernstein aus aller Welt

Königsberger Bernsteinkunst

ERLEBNISWERKSTATT
MUSEUMSSHOP
CAFÉ IM MUSEUM

GRENZLAND

RIBNITZ UND DAMGARTEN
zwischen Mecklenburg und Pommern
AUSSTELLUNG ZUR STADTGESICHTE

FOTODOKUMENTATION

Willi – Dieter – Reto Klar
DDR MAUERFALL UND
WIEDERVEREINIGUNG
bis 23. Juli

DAME VON WELT –
ABER AUCH NONNE

Die Ausstellung
zur Kloster- und
Damenstiftsgeschichte
in der Klosterkirche
zeigt die verborgenen
und offenbaren Schätze
des Klosters

Mittelalterliche
Holzplastik
des 14. bis
16. Jahrhunderts

Beeindruckende
Grabmonumente
des 16. Jahrhunderts

Einmalige
Zeugnisse der
Mecklenburgischen
Adelsgeschichte

